

民族融合的历史镜鉴: 元明清时期的体育“三交”

赵亚婷

(南京大学 哲学学院, 江苏 南京 210000)

【摘要】元明清时期是我国民族交往交流交融不断深化并逐渐定型的重要历史阶段。体育活动在此过程中不仅作为身体实践的社会行为,更构成了情感沟通、文化认同与社会秩序建构的历史场域。研究运用文献资料分析与逻辑归纳等方法,系统探讨元明清时期体育交往交流交融(下文简称“三交”)现象的生成逻辑与文化效应。研究发现:元明清时期的体育“三交”是在多民族共治格局下由制度引导与文化驱动共同促成的历史必然。体育在军礼演练、宫廷仪典、城市娱乐与边疆节庆等多重空间中,形成了自上而下与自下而上的双向互动机制;在礼乐化的规训与民俗化的实践中,推动了体育技艺的社会转译与文化再生,展现出显著的包容性与延展性。体育“三交”有效促进了族群边界的消融与重构,并以生活化、日常化的方式深化了共同体的文化认同,体现出中华体育文明“以技融情、以礼化俗、以乐和群”的逻辑。这一历史经验揭示了元明清社会通过技、礼、乐共融实现族群共存与文化和合的独特路径,不仅为理解中华文明多元一体格局提供了重要历史参照,也为当代多民族国家的体育文化建设与社会凝聚力培育提供了有益启示。

【关键词】民族体育; 交往交流交融; 身体实践; 礼制规范; 文化互鉴; 社会整合; 历史传承

【中图分类号】K23; G812.9 **【文献标志码】**A **【文章编号】**2096-5656(2026)03-0124-11

DOI: 10.15877/j.cnki.nsic.20251224.002

2024年11月,体育总局、国家民委、教育部等七部门联合印发的《关于体育促进铸牢中华民族共同体意识的指导意见》明确指出,体育在促进各民族交往交流交融中有着不可替代的作用。体育是社会控制与情感整合的重要机制,竞技性与节庆性并存的体育活动构成了一块合法的“情感飞地”,基于共同身体实践(无论是作为参与者还是观众)的情感同步,使不同群体在有序竞争中体验情感共通^[1]。在中华文明的历史进程中,体育不仅是一种身体实践,更是社会关系与文化互鉴的深层映照。元明清时期作为中华民族共同体深化与定型的关键阶段,不仅见证了政治格局的重塑与族群结构的再平衡,也孕育出体育活动在民族交往交流交融中以身载道、以技会友的多重价值。体育的形态、功能与意义深深嵌入特定的政治结构与社会文化之中,其跨族群、跨地域、跨制度的传播特征,使其成为观察民族“三交”的重要窗口。从元代草原与中原的多民族共治格局,到明清时期礼制与民俗的互动体系,体育构成

了多元文化互嵌的“情感飞地”与“行动场域”。

体育“三交”,是指体育在多民族共同体中所形成的动态机制,即通过竞技与共娱实现“身体层面的交往”,通过规则与礼制实现“制度层面的交流”,通过情感与价值共识实现“文化层面的交融”。体育“三交”是一个连续的、相互渗透的社会文化过程,即以跨族群的身体实践与项目流动为起点(交往),经由国家制度的吸纳、规训与礼乐化再造(交流),最终促成共享的文化符号、社会认同与精神价值的生成(交融)。这一过程体现了体育从具体的身体技艺,升华为承载政治秩序与文化共识的文明机制。基于此,体育不再是不同民族身体传统的标识,而成为差异得以沟通、协调与整合的通道,展现出元明清时期“会通型”体育文明的典型特征。

当前,学界关于元明清体育史的研究涉及制度建设、竞技项目、节庆活动及社会功能等诸多方面。然而,现有研究普遍存在两方面不足:一是多集中于个案性史实的考证与项目演变的描述,缺乏对体

育“三交”整体逻辑的系统阐释；二是往往将体育视为政治权力或社会风俗的附属现象，忽略其在族群认同建构与文化共同体形成中的独立价值。体育作为多民族社会的交往媒介，其在文化机制与交往结构层面的整合作用尚未得到应有的重视。基于此，研究以体育“三交”为分析框架，重新审视元明清时期的社会结构，揭示体育作为“和合”文化的重要实践形态，如何在身体、制度与文化3个维度上实现族群共生与认同共建，进而呈现出“天下一家”的历史图景。通过这一历史探讨，旨在为理解中华文明的多元一体格局提供新的诠释视角，并为新时代中华民族共同体意识的培育与体育文明的传承创新提供历史支撑与文化启示。

1 元明清时期体育“三交”的发生机理

元明清三代是我国历史上民族交往交流交融最为深刻且复杂的时期。体育活动不仅是身体的运动形式，更是内嵌于国家政治、军事制度和社会礼俗之中的综合性社会实践。在王朝更替与民族互动的历史进程中，体育构建了一个以身体实践为媒介，以文化互鉴为内核的多元共生场域。

1.1 大一统政治秩序与统一多民族国家的发展

元明清三代延续“大一统”的政治传统，推动统一多民族国家的持续发展，为体育“三交”提供了稳定而广阔的社会场域，使体育活动得以在民族互动中流通传播。

元朝疆域辽阔，“经多族群的交融重组，初步汇聚为跨越中土、塞北的蒙、汉、回、藏兼容的复合共同体。”^[2]忽必烈提倡“天下一家”^[3]的理念，实行行省制度以结合中央集权与地方分治，并采取积极的边疆政策，形成了“幅员之大，古所未有”^[4]的政治空间。在这一格局下，蒙古族统治者将草原传统的骑射、搏克等体育形式纳入国家军事与节庆体系。不仅将之作为军事训练的重要方式，也成为宫廷典礼与民间节俗的重要竞技活动。同时，元代积极吸收汉地以儒家礼制为核心的文化体系，使蒙古族传统体育运动超越单纯的技艺较量，转化为修身齐家的礼仪实践，形成“半去胡俗，半用华仪”^[5]的鲜明特色。这种双向互动的体育传播，使草原体育与中原体育在制度与日常中实现并存与互渗。

1368年，元顺帝“遁归沙漠”^[6]。遗留在长城以

南的蒙古与色目人多融入汉族、回族社会，“久之，固已相忘相化，而亦不易以别识之也。”^[7]元末明初，“天下一统，东戍辽海，南镇诸蕃，西控数种戎夷，北屯沙塞。”^[8]明太祖推行“天下一统，华夷一家”^[6]的“华夷同风”政策。这一时期，北方民族的射柳开始被大规模地引入宫廷和军队的习武活动。迁都北京后，明成祖沿用辽、金旧俗，于端午节后举行击球、射柳活动。“永乐中，禁中有翦柳之戏，即射柳也……往往会于清明端阳。”^[9]边疆地区同样延续这一体育形式，云南地区于农历五月五日“正午走马，以角力射柳为节”^[10]。通过共同参与的竞技形式，中央与边疆地区逐渐建构起跨族群、跨地域的文化桥梁。

清朝勃兴，以继承中华正统自居，强调“天下一家，万物同源”^[11]。其八旗体制与地方州县制并行，形成了八旗体育、民间体育与边疆体育并存的多层空间。将满族传统的射箭、摔跤、冰嬉等项目上升为国家典范，并通过礼仪化与典制化，使其转化为重要的政治象征。同时，汉族武术、龙舟、舞狮等民间体育持续繁荣，形成中心与边缘、官方与民间的互动结构。八旗武艺的制度化传播与地方体育的民间吸纳，推动了不同族群在技术模仿与交流中的深度交往，体育在此过程中逐渐成为凝聚族群情感与建构“天下一家”认同的重要媒介。

1.2 军事统合与礼法规范的制度引导

军事体制的整合与礼仪制度的渗透是体育“三交”的制度动力。中央政权通过将体育纳入军政体系和国家礼仪体系，推动其由自发走向自觉、由民间走向国家的历史转化。

“元起朔方，俗善骑射，因以弓马之利取天下”^[3]。元代以骑射立国，骑射作为蒙古族的核心生存技能，被制度化为军政训练的核心内容。统治者会组织大规模围猎和竞技比武，使士兵在娱乐与训练的双重场景交流技艺、分享经验。“冬初为大猎之时，蒙古族人围猎有类出兵……分为左翼、右翼、中军，各有将统之，其妻妾尽从。”^[12]大规模围猎往往持续数月，既是军事演练的重要形式，也是追、围、捕、猎等竞技的展示。在围猎中，不同族群的将士需协同配合，共同完成骑射、布阵、合围等任务，各族士兵以军事体育为共同语言，在统一的军事秩序中实现身体与情感的互动。

明代统治者将竞技体育作为国家选才的重要手

段,敕令诸臣“于所知都指挥、指挥、千百户和舍人中,荐举智谋骁勇之人,不拘人数量加擢用。”^[13]武官、军民皆可自举报考,“但有军谋勇力之人,并从选举。”^[13]天顺八年(1464年),“立武举法”^[14],进一步完善了武举制度,其开科次数、录取人数与任用规格大大超越以往朝代。武举制度的建立,使骑射、步射、拳搏等项目成为军民晋升的重要途径,激励了民间习武风气。各地军民皆可参与考试,不同地域、族群的体育技艺得以在国家制度框架下汇聚。这种“竞争性交流”的制度化机制,不仅统一了体育标准,也促进了文化层面的融合。

清代则将八旗体育视为“国俗”与“根本”,通过皇帝亲临阅射、典礼化展示、设立木兰围猎等方式,将满族体育转化为国家仪礼的一部分。“国俗有冰嬉之技……诚万年所当遵守之善制也”^[15],并将冰嬉列为军礼“以昭典制”^[16]。“满洲根本,骑射为先”^[17],皇帝“必亲御弓矢身先示度”^[18]。这些体育活动通过制度和礼仪的“高位传播”,在“强化族群记忆、族群意识、族群认同”^[19]的同时,“使远人见之,知予不自图逸”^[15],具有展现大清威仪的政治象征意义。由此,军事统合与礼法规范共同构成体育“三交”的制度基底,使体育成为政治秩序可视化、文化整合仪式化的重要载体。

1.3 儒家“和合”理念与民间习俗的支撑

尽管元、明、清三代的统治策略及方式呈现出一定差异,“但在文明理念和制度实践上有一定的连续性,特别是透过行政力量在更广泛的疆域内推广普及孔儒教化。”^[20]儒家思想的“和合”精神为体育“三交”提供了价值支撑,而民间节庆与生活习俗则为其提供了广泛的社会动力,推动体育活动实现从上而下与自下而上的双重渗透。

儒家“和而不同”的理念与以“礼”“仁”为核心的体育思想,将体育运动的技艺和德性教化并置。“君子无所争,必也射乎!揖让而升,下而饮,其争也君子。”^[21]儒家体育观强调体育的礼仪性、道德性与教化性,旨在塑造竞赛参与者之间相互礼让的和谐氛围,意在实现“礼之用,和为贵”^[22]的良好秩序与文化共生。历代王朝在推广儒学教化时,将此理念渗透至体育制度与民间实践中,促进了体育文化由冲突走向协调、由技艺走向德化。

元代统治者将礼治纳入体育实践中,“每与诸

王近臣习射之暇,辄讲论经典……下至武经等书,从容片言之间,苟有允惬,未尝不为之洒然改容。”^[3]同时,令众蒙古子弟学习儒家体育礼仪,“少者则令习拜跪、揖让、进退、应对,或射,或投壶,负者罚读书若干遍。久之,诸生人人自得,尊师敬业,下至童子,亦知三纲五常为生人之道”^[3]。这种“以礼节武”的文化策略,使草原尚武精神逐渐转化为礼制化的修身路径。

明太祖大力提倡射礼文化,重振“乡射礼”,“在各地儒学先后建立射圃以便习射和举行乡射礼”^[23]。明洪武三年(1370年),颁布《学校射仪》,规定射礼秩序与程序,将体育纳入社会教化体系。如规定“请射者,次请士民俊秀射,次请官员子弟射,次请品卑至品高者射”^[24]。同时,民间蹴鞠、马球、摔跤、杂技等活动依然盛行,呈现出制度与民俗的双向包容的格局。

清代继续以儒家之道整合多元体育文化。将满、汉、蒙、藏等族群的体育活动纳入国家典仪与节庆体系,并将藏、回、苗、彝等民族的节庆体育逐渐纳入官方视野。既保持了不同民族的体育传统,又通过“礼”与“仁”的伦理标准实现文化互认。由此,体育在制度与民俗两个层面,都成为可能承载共同价值与国家认同的潜在媒介。这一时期的体育实践,在相当程度上为族群间的相互理解与认同提供了具象化的场域。

同时,民间节庆、庙会与市集为体育“三交”提供了生活场景。庙会、集市和节庆历来是城市和乡野生活最热闹的所在,“车马骈集,香篆蔼其氤氲,杯盘竞其交错。途歌里咏,伛偻提携,往来而不绝者。”^[25]元代庙会常见蒙古摔跤、马戏与汉族蹴鞠、杂技同场表演。明清时期,舞狮、龙舟、武术、射柳等活动成为普遍性的节俗。明朝舞龙场面极其宏大,正月十五“有龙灯之戏,联百千灯笼为身,辊球灯珠,亘街穿巷”^[26]。儿童也“塑泥龙,张纸旗,击鼓金”^[27],参与舞龙之戏。明成祖迁都北京后,“京师及边镇最重午节,内廷自龙舟之外,则修射柳故事。”^[28]同时,民间竞渡之风大盛,“龙舟多至数十艘,崖上人如蚁……游人杂沓,不减西湖中。”^[29]甚至出现私家造龙舟的现象。《明史》载:“江西南康民吴登显等,五月五日为竞渡,诬以擅造龙舟”^[30],可见体育活动在民间生活中所具有的强大整合力。

自上而下的制度化礼仪与自下而上的民俗互动,构成了元明清时期“礼俗合流”的体育文化格局。体育活动从国家典礼到日常生活的转化,成为“各民族之间价值互认的平台,鼓励多元文化的创造和发展,同时崇尚和追求‘信念相同、文化相通、情感相亲’的共同愿景”^[31],为体育“三交”奠定了坚实的文化土壤。

1.4 体育“跨时空性”的文化沟通优势

体育以身体为媒介,具有超越语言与族群界限的沟通特性,这种“跨时空性”成为体育“三交”持续发展的文化机制。相较于依赖语言与文字的文化传播形式,体育通过身体动作、视觉呈现构筑起一种直接而普适的文化交流方式。这种以身体为符号系统的沟通形式,使体育活动天然具有“跨时空性”与“共享性”。在竞技体育中,无论是摔跤场上的力量对抗、武术表演的节奏韵律,还是射箭比赛的瞬间爆发,都能激发观者与参与者的身体共感。这种无需翻译的“身体语言”,跨越了语言障碍与风俗差异,构建起基于感官与情感的文化共识。例如,观看蒙古摔跤时,力量、技巧与胜负欲望等要素能够引起不同民族个体的共鸣,这种基于身体经验的共感成为跨族群认同的心理基础。

体育还具有极强的视觉吸引力与参与开放性。从宫廷到民间,体育在不同社会层面均构建出广泛的共享空间。元代皇帝在“诈马宴”上检验“男儿三艺”,明代天子举行射礼校阅军士,清帝则在冰嬉中展演八旗骑射之风,这些均是以体育仪式彰显国家威仪与政治秩序的“视觉政治”。与此同时,民间舞龙舞狮、龙舟竞渡、拔河角抵等活动则构成全民参与的节庆场景,成为低门槛、高效率的跨族群文化消费形式。这种“人人可观、人人可乐”的特质,使体育成为凝聚共同情感、创造“共享当下”的社会机制。

竞技是技艺交流的平台,表演是审美共享的媒介,仪式则承载政治与伦理价值。这三重功能的叠加,形成一种具有“文化通感”的社会空间。以射箭为例,不同民族虽在技法与仪轨上各有差异,但以武会友、以射养心的核心精神是一致的。这种“通感”机制构成了元明清体育“三交”得以深化的文化支撑。在共存、共赏、共鉴的过程中,各族人民得以直观地认知彼此文化的独特性,并在共同的身体实践与娱乐氛围中消解彼此间的隔阂。“他者”体育形

式不再是排斥与对立的对象,而是可以学习、欣赏与融合的文化资源。体育空间由此超越了地理意义上的场所,成为多元文化符号共生与再造最具象与最生动的表达。

2 元明清时期体育“三交”的运行路径

元明清时期的体育“三交”在政治制度、社会结构与文化心理的多重作用下逐步展开。体育作为国家治理与社会生活的交汇空间,在这一时期完成了政治化、制度化与民俗化、生活化的双重演进,体现出国家权力与社会文化协同塑造的特征。

2.1 军礼演练与宫廷仪典的制度性推动

元、明、清三代遵循寓武于礼、协和万邦的政治逻辑,通过军事演练与宫廷仪典将体育纳入政治传播体系,体育在制度化、礼仪化的转变中成为王朝意识形态与多民族秩序整合的象征性载体。

元代体育礼仪体现出典型的政治化特征。每年六月在上都或大都举行的“诈马宴”,集射箭、摔跤、赛马于一体,既是军事操演与技艺比拼,又是展示“天命所归”的国家仪典。蒙古“宿卫大臣”及“近侍”皆参列宴会,“百官五品之上,赐只孙之衣,皆乘诈马入宴。富盛之极,为数万亿,林林戢戢,若山拥而云集。”^[32]宏大的场面显示出元朝以仪式化体育强化皇权、凝聚族群的政治意图。

明代以“礼制化”推动体育的政治表达。皇城及郊外的“射仪”既是军士考核制度,也是“以礼导武”的王朝教化仪式。皇帝、宗室、大臣共同参与的“骑射会”象征文治与武功的政治平衡,体现出以射礼彰显国威、以礼仪制约武备的儒家政治哲学。明代皇帝将“射”文化作为宣扬国威和统治权威的契机,通过亲自参与或观摩“射”文化来向臣民展示自己的射艺和统治力。“其核心在于兴文教之时不废武事,更看重其武备功效”^[33],通过“以射示德”实现王权、礼制与体育的融合。

清代将体育仪式化确立为国家典礼的重要部分,将冰嬉作为“国俗”提倡。清代冰嬉盛典可追溯至努尔哈赤统治时期的“跑冰戏”。天命十年(1625年),正月初二,“汗率众福晋、八旗诸贝勒、福晋、蒙古诸贝勒、福晋、众汉官及官员之妻,至太子河冰上,玩赏踢球之戏。诸贝勒率随侍人等玩球二次之后,汗与众福晋坐于冰之中间,命于二边等距离跑之,先

至者赏以金银,头等各二十两,二等各十两。”^[34]早期“跑冰戏”以“踢球之戏”的冰上球类运动和“等距离跑”的滑冰为主,其参加人员涵盖女真、蒙古、汉等各族中的贵族、官员及其亲眷。崇德七年(1642年),朝鲜昭显世子“即往冰江观蹴鞠之戏。”^[35]“蹴鞠之戏”观看人员又增加了藩属国的世子和大君,其“国家庆典”性质逐步显现。

乾隆十年(1745年),“岁十二月,西苑三海层冰坚沍,于是择令辰,圣驾御冰床临观焉。……冰鞋以一铁直条嵌鞋底中,作势一奔,迅如飞羽。始曰‘抢等’……继曰‘抢球’……又继以转龙射球。”^[36]至此,冰嬉成为每年定期举行的“国之大典”,并被纳入宫廷礼仪,其规模和项目均有所增加。其中,“抢等”即速度滑冰,“抢球”则兵分多队“众兵争抢,得球者复掷,则复抢焉。”^[36]转龙射球是一种冰上射箭表演:“将近御座处,设雄门,上悬一球,曰‘天球’,下置一球,曰‘地球’。转龙之队疾趋之。一射天球,一射地球。中者赏,复折而出,由原路盘曲而归其队。其最后执旗者一幼童,若以为龙尾也。”^[36]作为国家筵宴上的表演项目,冰嬉表演者包括八旗将士、妇女及儿童,观者有皇帝、宗亲、王公大臣、少数民族首领、外藩使节等,体现出多民族参与的“国家庆典”格局。清代宫廷体育的制度化,实质上是一种以仪式化娱乐形式实现政治统合的文化策略。

体育为塑造中央王朝的文化认同提供了独特的场景。元代诈马宴、明代射仪、清代冰嬉等国家主导的体育演绎空间,以体育的仪式化的形式传播国家意识形态。不同族群在共同的身体实践与仪式观摩中,感知并内化一统与协和的政治理念。

2.2 体育项目的多向流动与规则整合

体育项目的传播与再造,不仅是身体技艺的互鉴,更体现了文化整合的动态机制,成为推动体育“三交”的另一重要途径。

元代,蹴鞠、射箭、摔跤等体育项目在草原与中原之间形成双向传播。“蒙古族13世纪的大规模跨洲际远征,在把华夏文明向西方继续传播的同时,也根据自身文化发展需要把中亚、西亚、欧洲的各种摔跤形式以及印度‘沙特拉兹’(蒙古象棋前身)带回草原,以游牧人特有的聪明才智,兼容并包,博采众长,推动了‘蒙古象棋’的诞生,促进了蒙古族摔跤的进步。”^[37]与此同时,蒙古族视为“男儿三艺”核

心的摔跤大规模进入中原,“相扑,蒙古所最重,谓之布克”^[36]。不仅用于军营演练,更渗入市井娱乐,“混一华夷,至此为盛”^[38]。这种双向的改造和接纳,为后续更深层的规则整合奠定了基础。

明代体育在项目吸纳与区域互鉴上有所突破。宫廷马球融合了中原与北方骑术传统,成为宣扬国威与兼具娱乐的礼仪性体育。与此同时,象棋、双陆、秋千等项目在边疆地区被地方化改编,如《新疆回部志》记载维吾尔族棋类主要有两种,一种有三十马,每边各色棋子,棋盘上路数、行列及其胜负标准与象棋相似。另一种有三十二马,棋盘路数颇似双陆。这种“以旧生新”的调适机制,使体育项目在流通中不断更新,成为民族间共享的文化遗产。

清代摔跤的形成是规则整合的典型产物。它承袭元代蒙古摔跤的竞技精神,并经历了深刻的技术融合与规则再造。清代,摔跤称为“布库”,“亦谓之撩脚,本徒手相搏,而专赌脚力,胜败以仆地为定。”^[39]比赛中,双方会使用绊、踩、踱、蹶、跳等脚法,以对手摔倒在地为胜负的判定标准。在长期的实践中,吸收了大量中原角抵“臂攘手交”^[40]、上肢擒拿、腰部发力的技术,最终发展成一种综合运用腰、臂、腿,以摔倒或压制对手为目标的竞技体系。宫廷与民间又在此基础上衍生出礼制化与民俗化的不同分支,清晰展现了不同摔跤传统在交流中协商、取舍、融合,最终形成新范式的整合机制。

体育项目的多向流动与规则调适,实质上是一种文化协商机制。它通过身体实践的重复与创新,使他者技艺在相互观摩、学习与改造的过程中,形成共享的文化记忆与身体认知。

2.3 军事技艺到礼乐符号的转化再造

元明清时期,在国家制度与意识形态的共同作用下,诸多原本具有直接军事功能的身体技艺,逐步脱离实战语境,被赋予“礼乐”与“教化”的文化意涵,这是王朝政治对身体与秩序“重新编码”的重要体现。

骑射是北方民族生产生活的基本技能,也是体现军事实力与生存智慧的关键技艺。在儒家体育语境中,这一武技被纳入礼制体系,逐渐演化为“君子之于射也,内志正外体直”^[41]的“射礼”。明清时期射礼不仅具有杀敌御侮的实战功能,更包含修身养性与礼仪教化的“君子之道”。射礼的程式、音乐与

礼仪之繁复,成为“文武合一”的教育手段与道德象征,体现出以和为贵、以礼为序的文化旨趣,军事体育逐步实现政治文化的柔性转化与社会秩序的“礼化重构”。

清代冰嬉是军事技艺制度化为礼乐符号的典范。本起源于满族,意在保持八旗子弟的骑射能力,属军事训练范畴。至乾隆时期,其性质发生关键转化。皇帝将其擢升为国家典礼。“每岁冬令太液冰坚,令八旗与内府三旗简习冰嬉之技。分棚掷彩球,互程趯捷,并设旌门悬的演射,校阅行赏。”^[16]冰嬉以其精心的“编码”机制实现了从军事训练升华为国家礼乐符号的制度化再造。

冰嬉脱离了早期在关外河泽间随兴而起的军事练习形态,被严格限定于皇家御苑(太液池)这一象征皇权的特定空间举行。空间的仪式化编码使其从普通的军事活动,一跃成为在帝国核心场域上演的、具有规范时序(每岁冬令)和固定程式的国家典礼,赋予了活动本身至高无上的神圣性与秩序感。其内容从贴近实战的综合训练,被重新设计为一套兼具竞技性、可观性与礼仪性的程序表演化编码。强调团队协作与战术配合的“掷彩球”和展示精准骑射技艺的“设旌门悬的演射”等项目,在规则设计、队列编排与竞赛氛围层面均已超越纯粹的战力检验,转而追求视觉上的整齐划一、技巧上的惊险出奇,成为一场精心策划的“军事剧场”表演。

意义政治化编码是冰嬉完成符号转化的关键。皇帝亲临校阅与颁赏,使活动成为皇权凝视与恩典布施的仪式。更为重要的是,冰嬉常被置于款待蒙古王公、回部伯克及外国使节的宏大礼乐语境中,“散乐,耕藉筵宴进果桌,毕领乐官,领舞童五名,四时和队舞承应。舞毕,百戏变碗承应”^[16],其军事考核的原始目的极大淡化,转而承载了“乐主和同,则远近皆合;礼主恭敬,则贵贱有序”^[42]的政治功能。一方面,以“礼”彰显清朝内部的等级秩序与尚武传统;另一方面,以“乐”与“戏”的姿态,对外展示国力强盛、太平和乐的文明气象,成为怀柔远人、建构“天下一家”政治认同的文化工具。

从训练场到典礼场、从战力检验到礼仪表演、从武备之用到文治象征,冰嬉的核心意义已从训练八旗将士的实用功能,转化为彰显太平之治、宣示王朝威仪、运作政治关系的礼乐符号。这一转化成为

清代国家权力将身体实践纳入政治文化体系,进行“以文化武”的标志。

2.4 城市娱乐与边疆节庆的融合共生

体育在城市与边疆节庆中自由流动,形成了一种由内而外的自发性文化融合机制,推动了具有生活气息和情感黏合力的“三交”模式,这是社会内生文化动力高度活跃的表现。

明清中后期,随着京师、南京、苏州、广州等商业城市的繁荣,杂技、武术、角抵等体育表演日益专业化,并在瓦舍、勾栏及街头巷尾进行商业演出。这种以消费为导向的体育活动打破了地域和族群的限制,使体育成为城市社会中共享的文化语言。民众在同一场表演中共同欢呼、共同参与,深化了城市内部的文化交融。明朝嘉靖、隆庆年间,出现了涵盖苏宣投壶、郭承仪踢球、闫子明围棋及张京象棋的竞技“四绝”,体现了民间体育与智力娱乐的深度融合。

元明清时期,民间体育在商业流动与节庆的共享空间中,形成了技艺的跨地域传播与职业化。元代的“圆社”聚集了大批专业蹴鞠者,“蹴鞠场上,鸣珂巷里,南北驰名”^[43]。明代女艺人彭云秀凭借“滚弄”绝技“以女流清芬,挟是技游江湖”^[44],说明体育技艺已成为可流动的商品。清代,边疆技艺反向传入京城并引发热潮,如维吾尔族的绳伎(走索),乾隆帝观后赋诗盛赞其“控掣球之陋,双撑千尺木,直拽三丈绳,如虹拖碧落。”^[45]这类表演被纳入宫廷盛典,促进了上流社会对边疆文化的认知。

此外,共同的节庆进一步推动了不同族群的体育共融。《帝京岁时纪胜》描绘了节庆体育是面向全城开放的公共活动,“帝京午节,极胜游览。或南顶城隍庙游回,或午后家宴毕,仍修射柳故事,于天坛长垣之下,骋骑走辮。”^[46]其“极胜游览”的记载暗示了参与者的广泛性。在商业发达的城市,杂技、摔跤等表演在瓦舍勾栏进行,观众“如蚁游人拦不住,纷纷挤过蹴球场”^[47]。这种以消费和观赏为纽带的体育形式,使不同背景的民众在同一文化事件中获得共同体验,潜移默化地构建着超越族群的生活情感。体育在跨地域的职业流动与公共节庆的集体参与中,编织了一张连接城市与边疆、沟通不同族群的文化网络。

民间体育的自发性、多样性与生活化特征,使不同族群在共同参与和观摩过程中形成情感化的文化

交往。这种自发生成的情感联结,与自上而下的政治整合相互补充,共同为文化认同的培育贡献了来自日常生活的基础。

3 元明清时期体育“三交”的融合效应

体育是一种具有高度仪式性、象征性与情感性的社会实践形态。它超越语言、习俗乃至信仰的差异,通过共享的身体经验和价值观念,推动族群边界的消融。元明清时期的体育实践,正是在这一身体与文化的双重维度上,实现了从交往到共识、从共演到共体的历史跃迁。

3.1 体育礼制包容性与族群边界的重构

体育礼制作为国家权力对身体活动的制度化表达,在元明清时期展现出鲜明的开放性与包容性。通过对多元体育形态的规范化与礼制化,构建起全民共同参与、共享规范、共获荣誉的文化体系,从而在制度层面削弱了基于血缘、地域与文化的族群壁垒。

清代将体育礼制化推向极致。康熙二十二年(1683年),“定圣驾行围”^[48],木兰秋狝遂成为“校猎行围大典”^[49]。“蒙古、喀尔沁等诸藩部落,年例以一千二百五十人为虞卒”^[50],形成以皇帝为中心、满蒙诸旗共演的军事化仪式体系。围猎的布阵、行进与合围过程皆有严格规范。“行围所以肄武,法同用兵,阵式务当严密”^[51]“有断续不整者”^[52]则以军法处之。空间部署上,呈现出清帝与满洲八旗在围猎阵营的核心地位。以中军(黄旗)为核心,两翼(红、白旗)及末端(蓝旗)听其号令,由王公大臣们负责统领。皇帝的御驾带领中军控制着马缰绳缓缓前行,两翼从左右包抄,前锋会合后停止移动,后续部队跟上,收紧包围圈,此即“合围”。各族士兵在“合围”中张弓搭箭、投掷长矛、突刺挥砍、高速奔跑、俯身下蹲等,身体在共同规则的约束与协作中形成高度同步的“仪式化共演”,构筑起超越语言、宗教与习俗差异的集体场景,强化了“族类同,则语言同,水土同,衣冠居处同,城郭土著射猎习俗同”^[53]的深度认同。

木兰围猎不仅是一场军事训练或皇家狩猎,更是一场政治性的“天下共演”。承德避暑山庄作为木兰行围的指挥中枢,“外藩毕集……最为便益”^[54],因此也作为各族王公大臣觐见清帝、共商国

是的政治中心。《射一首》诗碑记载回部王公霍集斯“赴木兰朝谒,既命观围,并携至山庄锡宴,因令侍观习射”^[55]。乾隆四十四年(1779年),乾隆在此接待了六世班禅,并于次年在万树园举行多次大型宴会,接见杜尔伯特亲王、土尔扈特贝子等蒙古亲王、回部阿奇木伯克及喀什噶尔伯克乌鲁克、金川木坪土司等,并邀请朝鲜、印度等许多外国使节,此次盛事因而具备超越宗教和民族范畴的“天下一家”之义,更昭示出“中外一家”^[56]的盛况。

元、明、清三代皆以骑射为核心国技,通过礼仪化与典制化的程序,使其超越军事训练而成为承载政治认同与文化和合的重要象征。同时,体育礼制的共享秩序传递出一种平等与能力主义的价值观,以功绩和技艺为标准的体育荣誉在统一的竞技规范下呈现出超越族属的开放原则。这种以国家礼制为纽带的体育共演,促成了不同族群在同制、同礼、同荣框架下的深度认同。

3.2 体育项目生活化与文化符号的共享

随着元明清时期社会经济的繁荣与城市文化的兴盛,体育活动逐渐完成了从“政治仪式”向“生活日常”的转化。体育项目与节庆、娱乐和市民消费相结合的“生活化”过程,不仅赋予体育以新的社会功能,也使其成为各族人民共享的“日常式”文化记忆。

宫廷与地方的互动机制推动了体育活动的普及与再造。许多原本高度制度化的项目,如骑射、蹴鞠、拔河、摔跤、冰嬉等,在社会流动中逐渐成为节庆娱乐的重要组成部分。明代虽不再将蹴鞠列为军事训练,但其在军营与市民社会中依然盛行,尤其在年节、庙会等场合,以“白打”形式上演,“白打,蹴鞠戏也。两人对踢为白打,三人角踢为官场”^[57],成为城市生活的重要文化符号。拔河活动则与元宵、端午等节日相结合,形成南北各地祈丰仪式与社群竞技的独特风俗。

骑射与冰嬉尤能体现体育“生活化”的演变轨迹。清代,满蒙八旗重习骑竞射而经常举行骑射校赛活动,以至“士夫家居,亦以习射为娱。家有射圃,良朋三五,约期为会”^[58]。同时,冰嬉被引入京城并演变为民间“溜冰”,“流行冰上,如星驰电掣,争先夺标取胜”^[46],并发展出“群聚滑擦,往还亦以拖床代渡”^[46]的冰上娱戏。骑射、冰嬉的普及展现了体

育由“国家象征”向“民间日常”的功能递变,体现出身体竞技成为社会凝聚与文化共享的重要渠道。

在体育生活化的过程中,伴随其传播的图像、服饰与仪式逐渐凝固为跨族群共享的文化符号。体育图像方面,明清年画、版画及宫廷绘画如《冰嬉图》《射鹄图》等,以直观形式塑造了社会大众的体育想象;服饰方面,如摔跤“跤衣”、武师行头、冰嬉“冰鞋”等,已脱离族属,成为象征勇健与尚武的视觉符号;仪式方面,从祭祀开场到比试终礼,体育活动所蕴含的规则、荣誉与公正精神,逐步转化为普遍认同的道德象征与社会共识。

此外,体育在民间的开放性实践促进了身体技艺的相互吸收与创新。“中国武艺不可胜纪,古始以来,各有专门秘法散之四方。”^[59]明清时期,武术在与北方摔跤、骑射的互动中,融入身体发力与重心控制的技巧,使拳法更具实战性,是故无论作为“防身立功,杀贼救命”^[60]的军事武艺,还是作为强身健体的竞技比拼,都臻于繁盛。而草原民族在学习中原武艺与火器技术的过程中,也改进了骑射与兵器使用。身体技艺的“互文性”体现出文化交流在经验层面的深度融合,也形塑了中国古代武术“止戈为武”^[61]、以德制力的精神文化。

体育的生活化,使不同族群得以在平等的竞技场域中共同体验竞争与合作的情感结构,构筑起以共享娱乐、审美与情感为基础的“生活共同体”,展现出更具持久性与渗透力体育生命力。

3.3 体育精神共享性与文化认同的塑造

“民族交往的本质是不同族群之间基于文化认知与情感认同而产生的社会互动,关键是对民族文化的认同”^[62]。体育活动之所以能成为元明清时期社会整合的重要力量,关键在于其所蕴含的精神价值和文化共识,这种体育精神的共享性为文化认同的建构提供了深厚的道德与情感基础。

元明清时期,诸多竞技性体育活动所弘扬的核心精神都具有超越族群差异的普适性。勇武精神成为这一时期多民族尚武文化的共同象征,无论是骑射的果敢、武技的坚韧,抑或摔跤的拼搏,都要求参与者具备无畏与坚毅的品格。《塞宴四事图》^[63]便生动展现了这一精神景象。画中,乾隆皇帝与满、汉、蒙古等族首领共同观赏“诈马”“什榜”“相扑”“教駢”4项表演:相扑手以低重心互搏,兼具蒙

古“搏克”与满族“布库”之技;蒙古骑手在“诈马”环节中俯身疾驰,彰显勇毅;“教駢”则源于汉地驯马术,展现驭术之精。场景中的角力、骑射与乐舞,共同传递出尚武审美与国家强盛的象征意义,构成了各族群共享的阳刚美学和为政治文化符号。

体育竞技的规则意识亦在跨族群社会中发挥了凝聚作用。竞技活动以公平、公正为原则,要求所有参与者服从既定规则与裁决。这种对“契约”与“秩序”的尊重,使体育成为推动族群平等与塑造社会共识的理想范式。武举考试、宫廷比武或军中角力均以技艺为唯一评判标准,而不以族属为限。明代武举面向汉、蒙、回诸族开放,技艺优异者皆可入仕。清代设“善扑营”,“选八旗勇士之精练者为角抵之戏……争较优劣,胜者赐茶缙以族之。”^[50]“以能取士”成为通行的行为准则和精神追求,使各民族在身体互动中积累了情感认同与价值共通。在此基础上,形成了体育情感层面的“道德共感”。在围猎、骑射、马球等群体性体育项目中,不同族群成员必须建立信任、协作与共荣意识。为赢取团队胜利,他们共同承担风险、共享荣誉。通过一次次共同的身体实践,合作、荣辱、团结等社会伦理内化为具象的身体经验并塑造着共同体的道德情感与价值表达。

体育精神的共享性“使运动项目升华为承载国家意志与文化认同的符号系统,赋予了运动项目更广泛的社会意义,成为丰富社会生活的一种文化实践。”^[64]尚武自强、规则公正与协作融合的精神表明体育不仅是身体的竞技场,更是一种使各族人民在娱乐与礼仪之中感受共同存在与价值归属的文化语言。

3.4 体育文明延展性与当代体育的回响

习近平总书记指出:“中华民族在各民族交往交流交融中铸就,中华民族伟大复兴也必将在各民族交往交流交融中实现。”^[65]元明清体育“三交”的历史实践,其意义远不止于揭示出多元一体的身体文化基础,更在于沉淀出一种跨越时代的智慧:通过制度化、礼仪化与生活化的身体实践,将差异性的族群技艺转化为可共享的文化符号与情感纽带,从而在持续交往中孕育出“和而不同”的社会秩序与文化认同。这种以体育为媒介的融合机制,其生命力正源于对差异的尊重,以及在互动中的理解与共创。这一深刻的历史镜鉴,为铸牢中华民族共同体

意识、深化各民族交往交流交融提供了源头活水。

国家的制度构建是推动各民族的情感联结的积极因素。元明清时期,无论是纳入军礼的冰嬉、提升为礼制的射礼,还是对民间社团的规范化,都表明国家制度的理性设计能为跨族群交往搭建稳定、可预期的框架。“充分发挥体育的综合价值和多元功能,以铸牢中华民族共同体意识为主线,全面推进我国民族团结进步事业高质量发展。”^[66]全国少数民族传统体育运动会的制度化实践,正是这一智慧的赓续与创新。它通过国家层面的赛事平台,将遍布四方的民族传统体育项目仪式化、可视化,使它们在统一的规则与共享的竞技时空中对话交融,从而将多元的身体语言凝聚为中华民族共有的体育庆典与文化记忆。这已超越单纯的赛事举办,成为一种“制度性情感动员”,在国家力量的引导下,持续激活并升华基层社会的文化认同感。

体育在沟通“大传统”与“小传统”、连接国家治理与日常生活中具有独特优势。体育兼具礼仪的庄重与游戏的亲和,既能承载宏大叙事,又能深入市井节庆与边疆民俗。这种双向嵌入的特质,使其成为融通上下、调和雅俗的柔性治理媒介。当前,全民健身国家战略的深入推进,将体育锻炼有机融入社区生活与边疆发展,通过构建遍布城乡的公共体育空间与活动网络,无形中创造了无数促进邻里交往、城乡互动、族际交流的微型“三交”场域。“整合居民体育需求的‘最大公约数’,使‘共同体’的目标、决策、行动更为精准有效,实现体育治理成果最广泛的‘共享’”^[67],使体育真正从运动技能的交流上升为思想情感的融合。体育回归生活本源,于自然而然、日常发生的互动中,悄然滋养着理解、尊重与认同,这正是历史上城市娱乐与边疆节庆融合共生在新时代的生动延续与创造性转化。

元明清时期体育“三交”所展现的开放包容、创造性转化的文明气质,已超越民族国家的范畴,指向文明互鉴的广阔图景。中华体育文明始终保持着文化主体性下的开放心态,于不断吸纳、调适与融合中生生不息。这种深层智慧为全球化时代的文明对话贡献了中国经验。在“一带一路”与构建人类命运共同体的当代叙事中,武术、太极拳等蕴含中国哲学精神的体育项目走向世界,其所传递的不仅是技艺,更是“身心合一、和谐共生”的文化理念与生命哲

学。根植于历史的体育“三交”智慧,在互动中寻求理解,在差异中创造共识的核心精神,同样能够照亮应对全球文化隔阂与文明冲突的路径。体育作为一种无需翻译的“世界语言”,正成为中华文明参与全球人文交流、促进民心相通的重要桥梁,“为体育人文互鉴提供重要途径,为坚定文化自信打开广阔空间,在实现‘更团结’的基础上不断向着人类命运共同体的发展目标迈进。”^[68]

从元明清时期的体育“三交”到当代的民族团结实践与文明互鉴事业,其间贯穿着一条清晰而坚韧的文化逻辑,即以身体实践为桥,以制度礼仪为轨,以情感认同为归,在持续的交往中实现从“各美其美”到“美美与共”的升华。既是历史留下的宝贵镜鉴,也昭示着中华体育文明面向未来、生生不息的活力所在。

4 结语

元明清时期,多元一体的民族格局不断深化。体育在这一历史进程中的作用,早已超越身体实践与竞技娱乐本身,而通过制度安排、礼仪展演、节庆互动与日常实践,不断塑造跨族群的交往秩序、共享经验与文化认同,成为民族关系演进的重要实践机制。体育“三交”不仅是“身体的文化史”,更是一部关于如何在差异中生成认同、在竞争中实现共处的“社会整合史”。回溯历史,体育“三交”的形成是王朝治理、军事整合与文化观念共同作用的结果,在跨族群的身体实践中通过制度化、礼乐化最终沉淀为共享的文化符号。元明清时期的体育“三交”揭示了中华文明内部一种富有韧性的整合机制,即多元并存并非秩序的威胁,而是文化生命得以延续的重要动力。其历史经验表明,共同体的形成有赖于不同群体在持续互动中不断凝聚共同价值、增进相互认同。体育以其超越具体文化的身体性与仪式性,为这种共识的达成提供了宝贵的实践场域。因此,元明清时期体育“三交”的意义,不仅在于展示历史上民族融合的动态过程,更在于揭示体育作为文化整合机制的深层逻辑:它是一种身体的语言、社会的制度与文明的自觉,既承载着“天下一家”的理想愿景,也提示着共存之道的实践智慧。体育的历史,不仅是竞技的历史,更是共同体得以想象、生成与维系的文化史。

参考文献:

- [1] 诺贝特·埃利亚斯,埃里克·邓宁.追寻兴奋:文明化过程中的体育与休闲[M].何江穗,译.上海:上海人民出版社,2025.
- [2] 李治安.秦汉以降“大一统”秩序的华夷交融演进[J].中国社会科学,2023(5): 87-107,206.
- [3] 宋濂.元史[M].北京:中华书局,1976: 65,2553,2889,3727-3728.
- [4] 赵孟頫.松雪斋集[M].黄天美,校点.杭州:西泠印社出版社,2010.
- [5] 朱元璋.明太祖集:卷16[M].合肥:黄山书社,1991.
- [6] 夏元吉.明太祖实录[M].台北:历史语言研究所,1962.
- [7] 陈子龙,徐孚远.明经世文编:卷73[M].北京:中华书局,1962.
- [8] 朱元璋.明太祖御制文集[M]//吴相湘,中国史学丛书.台北:台湾学生书局,1965.
- [9] 查慎行,石继昌.人海记[M].北京:北京古籍出版社,1989.
- [10] 胡朴安.中华全国风俗志:上编[M].石家庄:河北人民出版社,1998.
- [11] 爱新觉罗·胤禛.大义觉迷录[M].北京:文物出版社,2020.
- [12] 拉施特.史集(第一卷第二分册)[M].北京:商务印书馆,1986.
- [13] 陈文,彭时,等.明英宗实录:卷35[M].台北:历史语言研究所,1962.
- [14] 刘吉,丘浚,等.明宪宗实录:卷10[M].台北:历史语言研究所,1962.
- [15] 故宫博物院.清高宗御制[M].海口:海南出版社,2000.
- [16] 王云五.万有文库:清朝通典[M].上海:商务印书馆,1935.
- [17] 清宣宗实录[M].北京:中华书局,1986.
- [18] 故宫珍本丛刊(第567册)清高宗御制诗五集[M].海口:海南出版社,2000.
- [19] 范小君.冰嬉运动与清代社会研究[J].体育与科学,2021,42(4): 66.
- [20] 范丽珠,陈纳.族群融汇与中华民族共同体之形成——基于中华历史三个重要阶段的论述[J].西北民族研究,2025(1): 5-17.
- [21] 李学勤.论语注疏[M].北京:北京大学出版社,1999.
- [22] 朱熹.四书章句集注[M].北京:中华书局,1983.
- [23] 郑雁飞.明代射礼的发展状况及其启示[J].当代体育科技,2020,10(4): 196.
- [24] 徐溥,李东阳,焦芳.景印文渊阁四库全书(第617册)明会典[M].台北:台湾商务印书馆,1986.
- [25] 乔润令,赵雨亭.山西民俗与山西人[M].北京:中国城市出版社,1995.
- [26] 丁世良,赵放.中国地方志民俗资料汇编[M].北京:书目文献出版社,1997.
- [27] 刘侗,于奕正.帝京景物略[M].上海:上海古籍出版社,2001.
- [28] 沈德符.万历野获编[M].北京:中华书局,1959.
- [29] 杭州府部·汇考十二[M]//古今图书集成·方輿汇编·职方典:第九百四十六卷,1934.
- [30] 张廷玉等撰.明史[M].北京:中华书局,2013.
- [31] 陈志凌,谭志刚,任丽丽.民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的逻辑关联、价值意蕴与实践路径[J].沈阳体育学院学报,2025,44(5): 124-130.
- [32] 李修生.全元文:卷1761[M].南京:凤凰出版社,1998.
- [33] 蔡艺.中国传统体育文化对朝鲜半岛儒家化的影响——兼谈朝鲜王朝乡射礼的兴废与治教[J].西安体育学院学报,2025,42(5): 605-612.
- [34] 中国第一历史档案馆.满文老档(太祖朝)[M].沈阳:辽宁民族出版社,2010.
- [35] 弘华文,燕行录.昭显沈阳日记[M].桂林:广西师范大学出版社,2015.
- [36] 吴振棫.养吉斋丛录:卷十四[M].童正伦,点校,北京:中华书局,2005.
- [37] 郝延省.蒙古汗国宫廷体育的文化特征与历史贡献[J].内蒙古民族大学学报,2018,44(3): 7-10.
- [38] 熊梦祥.析津志辑佚[M].北京:北京古籍出版社,1983.
- [39] 赵翼.簪曝杂记[M].北京:中华书局,1982.
- [40] 周南瑞.天下同文前甲集:卷二十六[M]//丛书集成续编:第105册,台北:新文丰出版公司,1988.
- [41] 李敖.陈献章集·王阳明集·王廷相集[M].天津:天津古籍出版社,2016.
- [42] 郑玄,孔颖达.礼记正义:卷38[M].北京:北京大学出版社,2000.
- [43] 徐征,张月中,张圣洁,等.全元曲:第1卷[M].石家庄:河北教育出版社,1998.
- [44] 国家体育文史委员会,体育史学会编写.中国古代体育史[M].北京:北京体育学院出版社,1990.
- [45] 钟兴麒.西域图志校注[M].乌鲁木齐:新疆人民出版社,2014.
- [46] 潘荣陛.帝京岁时纪胜[M].北京:北京古籍出版社,2000.
- [47] 路工.清代北京竹枝词(十三种)[M].北京:北京出版社,1962.
- [48] 清会典事例(第8册)[M].北京:中华书局,1991.
- [49] 清高宗实录[M].北京:中华书局,1985.
- [50] 昭槁,何英芳.嘯亭杂录[M].北京:中华书局,1980.
- [51] 清仁宗实录[M].北京:中华书局,1986.
- [52] 李澍田.吉林纪略[M].长春:吉林文史出版社,1986.
- [53] 魏源.圣武记[M].长沙:岳麓书社,2010.
- [54] 中国第一历史档案馆,中国藏学研究中心.六世班禅朝觐档案选编[M].北京:中国藏学出版社,1996.
- [55] 避暑山庄管理处.避暑山庄和外八庙碑文辑[Z].内部资料,1975.
- [56] 景印文渊阁四库全书(第495册)钦定热河志[M].台北:台湾商务印书馆,1986.
- [57] 焦竑.焦氏笔乘:卷三[M].济南:山东友谊出版社,1991.
- [58] 徐珂.清稗类钞:第六册[M].北京:中华书局,2010.
- [59] 郑若曾.江南经略[M].上海:上海古籍出版社,2003.
- [60] 戚继光.纪效新书[M].曹文明,吕颖慧,校释,北京:中华书局,2001.
- [61] 张国良,白俊亚,王宾.中华武术“止戈”的思想渊源、文化

- 实践和历史影响[J].体育学研究,2024,38(3): 100-108.
- [62] 陈璐瑶,荆立新,贺雨佳.赫哲族传统体育活动在民族交往交流交融中的作用[J].黑龙江民族丛刊,2021(5): 139-147.
- [63] 郎世宁.塞宴四事图[Z].北京:故宫博物院,文物号:故00006513.
- [64] 晋毅鹏,黄莉,付志铭.中华体育精神引领运动项目文化规范化建设的价值与方略[J].体育学研究,2025,39(1): 108-118.
- [65] 习近平.铸牢中华民族共同体意识推进新时代党的民族工作高质量发展[J].求是,2024(3).
- [66] 体育总局,国家民委,教育部,等.关于体育促进铸牢中华民族共同体意识的指导意见[EB/OL].(2024-11-22)[2025-07-06].<https://www.sport.gov.cn/gdnps/html/zhendce/content.jsp?id=28466609>.
- [67] 郑家鲲,韩宏宇.城市社区体育治理共同体行动机制及实践路径——基于扎根理论的探索性分析[J].体育学研究,2024,38(6): 1-12.
- [68] 蔡娟,曹千慧.文化自信视域下中华体育精神的演进逻辑、时代目标及弘扬路径[J].体育文化导刊,2025(8): 47-54.

Historical Lessons from Ethnic Integration: The “Three Interactions” of Sports in the Yuan, Ming, and Qing Dynasties

ZHAO Yating

(School of Philosophy, Nanjing University, Nanjing 210000, China)

Abstract: The Yuan, Ming, and Qing dynasties represent a crucial historical stage in which interethnic contact, communication, and integration in China deepened and gradually took shape. During this period, sports activities functioned not merely as social practices of the body, but also as a historical area for emotional interaction, cultural identity formation, and social order construction. Drawing on historical documents and logical induction, this study systematically examines the formation logic and cultural effects of the “three interactions” (san jiao) of sports during the Yuan, Ming, and Qing periods. The research finds that the sports “three interactions” were a historical necessity arising from the interplay between institutional guidance and cultural dynamics within a multiethnic governance framework. Sports activities across various domains—military drills, court ceremony, urban entertainment, and frontier festivals—formed a bidirectional interactive mechanism between top-down regulation and bottom-up participation. Within the dual processes of ritualization and popularization, sports facilitated the social translation and cultural regeneration of physical skills, revealing remarkable inclusiveness and adaptability. The sports “three interactions” effectively blurred ethnic boundaries and, through their everyday living forms, deepened cultural identity within the shared community. This historical experience illustrates the integrative logic of Chinese civilization—“communicating emotions through skill, cultivating customs with ritual, and unifying the community via music”—and reveals how the Yuan–Ming–Qing societies achieved coexistence and cultural synthesis through the fusion of skill, ritual and music. It not only offers important historical insight into the multiethnic unity of Chinese civilization, but also provides valuable inspiration for the construction of contemporary sports culture and the cultivation of social cohesion in a multiethnic nation.

Key words: ethnic sports; interaction, communication, and integration; bodily practice; ritual and normative systems; mutual learning among cultures; social integration; historical continuity